

Contenidos

Capítulo 1. Diseño de los puestos de trabajo. Usuarios de pantallas de visualización de datos

- 1.1. Criterios para determinar la condición de usuario de PVD
- 1.2. Requerimientos del trabajo con pantallas de visualización: RD 488/1997
- 1.3. Acciones a implementar para minimizar los riesgos
- 1.4. Criterios para la iluminación en puestos de trabajo con PVD
- 1.5. Otras recomendaciones sobre la iluminación, el entorno y las condiciones ambientales
- 1.6. Color: Aspectos básicos

Capítulo 2. Calidad de ambiente físico en el trabajo

- 2.1. Iluminación
- 2.2. Ambiente térmico
- 2.3. Ruido

Capítulo 3. Carga física

- 3.1. Trastornos musculoesqueléticos
- 3.2. Movimientos repetitivos
- 3.3. Levantamiento de cargas
- 3.4. Posturas forzadas

Capítulo 4. Carga mental: definición, características y factores principales

- 4.1. Carga mental
- 4.2. Características de la carga mental
- 4.3. Factores intervinientes en el concepto de carga mental
- 4.4. Consecuencias de la carga mental

Capítulo 5. Evaluación y prevención de la carga mental

- 5.1. Evaluación y diagnóstico de la carga mental
- 5.2. Alteraciones en el trabajador
- 5.3. Factores de prevención de la carga mental
- 5.4. Norma ISO 10075: 2001. Principios ergonómicos relativos a la carga mental del trabajo

Capítulo 6. Factores psicosociales

- 6.1. Por qué atender al estudio de los factores psicosociales
- 6.2. Factores y riesgos psicosociales
- 6.3. Trabajo de campo y fases
- 6.4. Técnicas inespecíficas
- 6.5. Técnicas específicas

Capítulo 7. *Burnout* o síndrome de estar quemado en el trabajo (I)

7.1. ¿Qué es *burnout*?

7.2. *Burnout* y otros constructos

7.3. Impacto del *burnout*

Capítulo 8. *Burnout* o síndrome de estar quemado en el trabajo (II)

8.1. Prevalencia del síndrome *burnout*

8.2. Fases

8.3. Evaluación

8.4. Medidas a adoptar

Capítulo 9. Hostigamiento psicológico: *mobbing*

9.1. Aproximación al *mobbing*

9.2. Fases de desarrollo

9.3. Consecuencias del *mobbing*

9.4. Evaluación del *mobbing*

9.5. Intervención